取扱説明書
オーバーナイト調理、同時調理、真空調理

SelfCookingCenter® 5 Senses

お客様へ

SelfCookingCenter® 5 Sensesで毎日の調理を快適に

この説明書では、応用編として皆様の厨房でお役に立つ、さまざまな活用例をご紹介しています。

SelfCookingCenter® 5 Sensesをさらに便利にお使いいただき、毎日の調理を快適に行っていただきたいと思います。

- ボタン一つで簡単に行えるオーバーナイト調理。SelfCookingCenter® 5 Sensesを24時間活用できます。
- 種類や調理時間の異なる食材を同じ庫内で調理する同時調理。
- 新しい調理の世界を広げる真空調理。

また、実際の調理に役立つヒントやメリット、一覧表なども数多くご紹介しています。

調理に関するご質問については、Chef✆Line®でも受け付けております。

シェフ・ライン：03-3812-6223（9：00～19：00）

本説明書のご活用により、皆様の厨房がより良いものになるよう願っております。

目次

1. オーバーナイト調理の概要 6
   - 1.1. オーバーナイト調理のメリット 6
   - 1.2. 準備とセッティング 6
   - 1.3. 予熱と投入 6
   - 1.4. 熟成 6
   - 1.5. 熟成とホールド 7
2. 「オーバーナイトロースト」について 8
   - 2.1. 下準備 8
   - 2.2. 設定 9
   - 2.3. オーバーナイトでの同時調理 12
3. 「蒸し煮」について 13
   - 3.1. 下準備 13
   - 3.2. 設定 13
   - 3.3. 「オーバーナイト調理」での煮込み 15
   - 3.4. オーバーナイトでの同時調理 15
   - 3.5. 提供直前にFinishing® 15
4. 「オーバーナイトボイル」について 16
   - 4.1. 下準備 16
   - 4.2. 設定 16
   - 4.3. オーバーナイトでの自動調理 19
5. 「鳥肉・オーバーナイトロースト」について 20
   - 5.1. 下準備 20
   - 5.2. 設定 20
   - 5.3. 「オーバーナイトロースト」の同時調理 22

6. 真空調理 23
6.1. 真空調理におけるメリット 23
6.2. RATIONALの真空調理用オプション 23
6.3. さまざまな場面で 24
6.4. 下準備 24
6.5. 設定 25
6.6. 投入 25
6.7. 「オーバーナイトボイル」モードでの調理例 26
6.8. 「スチーム」モードでの調理例 27
6.9. マニュアルモード「スチーム」での調理例 27

7. 「続ける」キーを使用しての同時調理 28
7.1. 「ロースト」モードでの同時調理 28
7.2. 「オーバーナイトボイル」での同時調理 29
7.3. 「鳥肉・ロースト」での同時調理 29
7.4. 「鳥肉・スチーム」での同時調理 29

8. iLevelControlを使用した同時調理 30
8.1. 「スチーム」モードでの同時調理 30
8.2. 「グリル」モードでの同時調理 31
8.3. 「ベイク」モードでの同時調理 32

9. オプション芯温センサー3本の使用方法 33

10. 衛生認証について 35

1. オーバーナイト調理の概要

1.1. オーバーナイト調理のメリット

- 監視や調整が不要
- やわらかくジューシーな仕上がり
- 24時間の稼動で厨房のキャパシティを拡大
- 歩留まりの向上
- 夜間に調理することで電気代を節約
- 同時調理を併用して効率を向上
- ソースのストックも同時に取れる
- ボタンに触れるだけで完成するので、安全で衛生的

1.2. 準備とセッティング

- 夜間調理は、肉のモードのオーバーナイトロースト、オーバーナイトボイル、蒸し煮、鳥肉のモードのオーバーナイトローストでご利用いただけます。
- 推奨される芯温や、同時調理時例については、別途**「調理ハンドブック」**をご参照ください。
- 鳥肉の調理では、芯温は常に72℃以上で設定してください。

1.3. 予熱と投入

- 予熱が終わると、**「投入」**のサインが出ます。予熱の間、芯温センサーは庫内に入れた状態にしてください。また、食材は投入直前まで冷蔵庫に入れておいてください。
- 異なるサイズの食材を同時に投入する場合には、一番小さいものに芯温センサーを差してください。芯温到達後の熟成段階で、その他の食材も適切な芯温に達します（熟成時間は、kgあたり1.5～2時間必要です）。
- 肉のブロックが大きすぎて芯温センサーが中心部まで届かない場合は、SelfCookingCenter® 5 Sensesが自動で必要な調理時間を計算します。

1.4. 熟成

- 低温でじっくりと時間をかけて熟成することで、歩留まりが向上し、仕上がりがやわらかくジューシーになります。
- 繊細な調理プロセスで仕上がるので、詰め物をした肉の調理でも、形を崩さず、きれいに切り分けることができます。

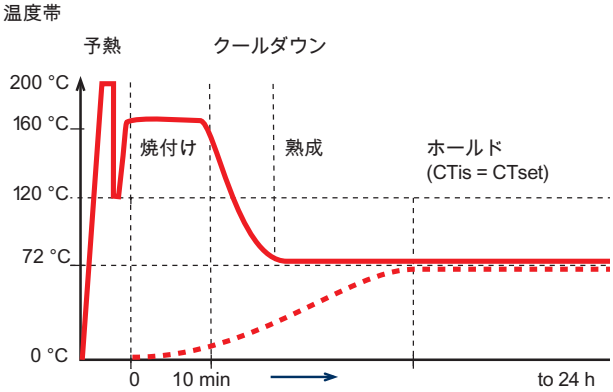
1.5. 熟成とホールド

- 希望の芯温に達すると、調理はストップし、自動的に**「熟成・ホールド」**の段階に進みます。芯温は希望の温度のまま最大24時間保持され、火が通り過ぎるのを防ぎます。
- 熟成することによって、若い肉でもやわらかく仕上げることができます。価格が安めの若い肉を購入してもしっとり仕上がるので、購入費の削減につながります。
- 小さめの肉やひねた肉などは、柔らかくなりすぎるのを防ぐため、熟成時間を短めに設定してください。
- 熟成時間が長すぎると、歩留まりに影響が出る場合があります。

万一、オーバーナイト調理の最中に停電などで電気の供給が断たれた場合、15分以上経過すると、SelfCookingCenter® 5 Sensesは「スタンバイ」モードになりますので、翌朝調理の続きを行う必要があります。
電気の中断が15分未満であれば、調理はそのまま続行され、通常と同じように仕上がります。
RATIONALのオーバーナイト調理は、安全性と衛生管理に優れています。食材に対する衛生と技術に関する公的認証については、33ページを参照してください。

2. 「オーバーナイトロースト」について

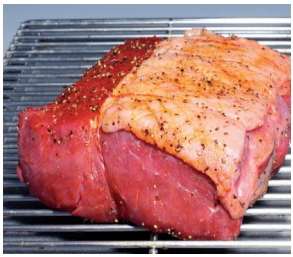
「オーバーナイトロースト」は、鳥肉を含むすべての肉のかたまりの調理に適しています。焼付けから火入れまでボタンひとつで行え、柔らかくジューシーに仕上がります。色付けを行うステップを選ぶこともできます。



オーバーナイト調理の調理プロセス

2.1. 下準備

- 肉にスパイス類とオイルをよくすり込み、エナメルトレイまたはグリッドに乗せます。グリッドを使用する場合は、下に深さのあるホテルパンをセットすると、ストックのベースに使用できる肉汁を受けることができます。
- 皮付きの肉の場合、ローストする前に10分ほど下蒸しすると、切込みを入れやすくなり、味も染み込みやすくなります。豚バラなどの薄めの肉の下には、生のジャガイモなどを敷くと、流れ出た肉汁をよく吸い取ります。そうすることで、皮の切り込み部分も、軽くクリスピーに仕上がります。



スパイスを振ったローストビーフ

下蒸しして切り込みを入れた豚ばら肉

スパイスを振った仔牛肉

ヒント：ソースを作る

適量の香味野菜と骨を60mmのホテルパンに入れ、少量のオイルとトマトピューレで和えて、肉と一緒に庫内に入れます（肉より下の段に）。焼付けの段階が終了すると、ホテルパンの中に肉汁がたまり、濃厚で香り高いソースのベースが出来上がります。セロリやリーキなど、焦げやすい野菜は、後で加えるようにします。

2.2. 設定

2.2.1. 自動焼付け

- 焼付けの度合い（焼き色）は3段階から選ぶことができます。低めの設定をした方が、歩留まりはよくなります。
- 焦げやすいスパイスやハーブを使用したローストや、マリネした肉のローストでは、焼き色はより濃くなりますので、低めの設定をお勧めします。
- 高い温度で焼き付けることによって、肉の表面の細菌は死滅し、低温での調理も安全に行えます。
- 皮付き肉のローストの焼き色を選ぶ際、皮をクリスピーに仕上げるため、最終段階で再度強い焼付けを行いますので、あらかじめ考慮してください。

ヒント：

小さめの肉や、あらかじめ焼付けを行った肉のローストには**『焼き付けなし』**のボタンで焼付けの段階を省略することができます。仔牛肉のような非常に柔らかい肉は、長時間の熟成には不向きです。

「肉」を選択

「オーバーナイトロースト」を選択

希望の仕上がりと、必要であれば「焼き付けをはぶく」を選択

2.2.2 設定

- 希望の仕上がりを3段階から選ぶか、希望の芯温で設定してください。
- 調理プロセスが非常に緩やかなため、芯温で設定する場合は通常の場合よりも最大で10℃低くすることをお勧めします。
- 鳥肉の調理の場合、HACCPガイドラインに則り、芯温は72℃以上で設定することをお勧めします。

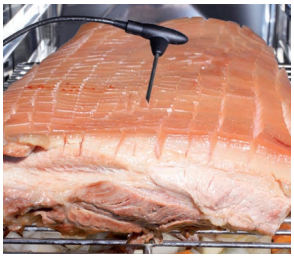
2.2.3. 推奨される設定

種類	芯温	焼き色	調理時間
豚のネック　2kg	72℃ - 75℃	中間	約4時間
ポークナックル　1.5kg	72℃ - 75℃	低	約4時間
ミートローフ　1kg	68℃ - 72℃	低	約2時間
仔牛のナックル　2.5kg	72℃ - 75℃	低	約4時間
仔牛の肩肉　4kg	72℃ - 75℃	低	約4時間
仔牛の口イン　3kg	58℃ - 62℃	低	約4時間
ローストビーフ　3kg	52℃ - 56℃	中間	約3時間
ラムのすね肉　2kg	52℃ - 56℃	中間	約3時間
牛フィレ　2kg	52℃ - 56℃	中間	約2時間

2.2.4. 予熱と投入

- 予熱が終わると、**「投入」**のサインが出ます。予熱の間、芯温センサーは庫内に入れた状態にしてください。また、食材は投入直前まで冷蔵庫に入れておいてください。

予熱


投入し、芯温センサーを差す

熟成

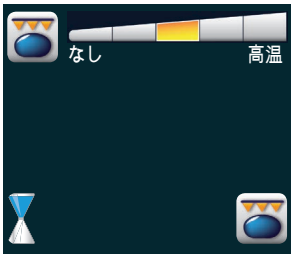
- 異なるサイズの食材を同時に投入する場合には、一番小さいものに芯温センサーを差してください。芯温到達後の熟成段階で、その他の食材も適切な芯温に達します（熟成時間は、kgあたり1.5～2時間必要です）。
- 肉のブロックが大きすぎて芯温センサーが中心部まで届かない場合は、SelfCookingCenter® 5 Sensesが自動で必要な調理時間を計算します。

ヒント：
「ロースト」では、**「芯温計を挿入し直して続ける」**の機能を使うことで、調理温度が異なる食材でも同時に庫内に投入し、調理することができます（28ページ参照）。

2.2.5. 最後の焼付け

- **「熟成」**の段階が終わり**「熟成＋ホールド」**の段階に入ると、最後に焼付けを行って表面をクリスピーにするオプションを選ぶことができます。
- 小さめの肉に最後の焼付けを行う場合、やや低めの温度を設定してください。
- ローストビーフなどのように中をピンク色の状態に仕上げたいメニューには、不向きです。火が通り過ぎて色が変わってしまう場合があります。
- 異なる食材を同時調理していた場合、最後の焼付けを行わないものについては、このプロセスに入る前に庫内から取り出しておいてください。
- クリスピー仕上げの後、ローストの表面がまだご希望のクリスピー状態や焼き色に達していない場合は、**「時間で続ける」**キーを押して、ご希望のクリスピー時間を分単位で設定できます。

最後の焼付けを選択



希望の仕上がりを選択

クリスピーに焼き上がった皮付き豚ばら肉

ヒント：

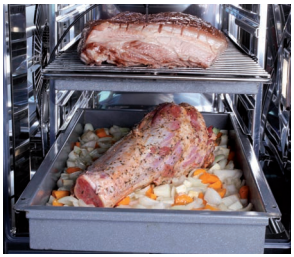
「熟成とホールド」の段階に入ったら、肉を取り出して冷却することができます。大量の皮付きかたまり肉などは、そうしておいて、後日提供直前にFinishing®するとよいでしょう。

Finishing®では、**「焼き色をつける」**のプロセスで、火を通しすぎることなく、ごく短時間で皮目をクリスピーに仕上げることができます。提供時の効率化にも貢献できます。

2.3. オーバーナイトでの同時調理

サイズの異なる食材も同時に庫内に入れてローストすることができます。設定芯温は同一です。芯温センサーは、最も小さいものに差します。希望の芯温到達後のホールド段階で、その他の食材も適切な芯温に達します（ホールド時間は、kgあたり1.5～2時間必要です）。

種類	芯温	焼き色	焼付け
豚のネック、豚バラ肉、仔牛すね肉、仔牛肩肉、鴨 / あひる、ミートローフ（2kg）、スペアリブ	68℃ - 72℃	低	中間
仔牛の口イン、ポークロイン、ハム	58℃ - 62℃	中間	うすい
ローストビーフ、ラムのすね肉、鹿のすね肉、鹿の口イン	52℃ - 58℃	中間	つけない


芯温が同じ食材の同時調理

芯温が同じ食材の同時調理

芯温が同じ食材の同時調理

3. 「蒸し煮」について

ソースやスープに浸した肉の調理プロセスです。自動のホールド機能はオーバーナイトで利用できます

3.1. 下準備

- 肉にスパイスと少量の油をまぶし、60mmのエナメルトレイに入れます。
- 肉の下に油とトマトピューレで軽く和えた香味野菜を敷くとソースに深みがでます。
- 仕上がりの色を均一にするため、食材はくっつけず、適度なスペースを持たせるようにしてください。セロリやポロねぎなどの焦げやすい野菜は、後で加えるようにします。
- ソースにとろみをつけたい場合は、食材に軽く小麦粉をまぶすとよいでしょう。

ヒント：
火を通した野菜を煮込むこともできます。その場合は、通常のホテルパンを使用することもできます。

3.2. 設定

3.2.1. 自動焼付け

- 焼付けの度合い（焼き色）は3段階から選ぶことができます。
- 焦げやすいスパイスやハーブを使用したローストや、マリネした肉のローストでは、焼き色はより濃くなりますので、低めの設定をお勧めします。

牛肉と野菜の蒸し焼き

「肉」を選択

蒸し煮を選択

種類	焼き色	調理時間
ロールキャベツ	低	約1時間
鶏の赤ワイン煮	中間	約1時間
仔牛の煮込み、ラム肩肉の煮込み、カレー	中間	約2時間
牛肉の煮込み、ラムすね肉の煮込み	中間	約4時間
オッソ・ブッコ、グラーシュ、テールの煮込み	高	約2時間

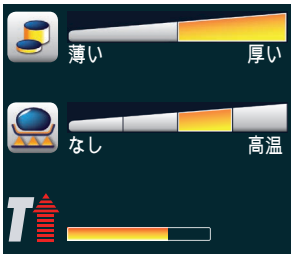
3.2.2. 予熱と投入

- 予熱が終わると、「投入」のサインが出ます。予熱の間、芯温センサーは庫内に入れた状態にしてください。また、食材は投入直前まで冷蔵庫に入れておいてください。
- グラーシュやラグーの調理の場合、芯温センサーを複数の肉に差すようにすると、仕上がりがより良くなります。

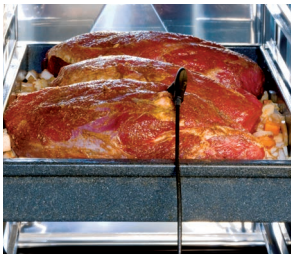
3.2.3. ソースを加える

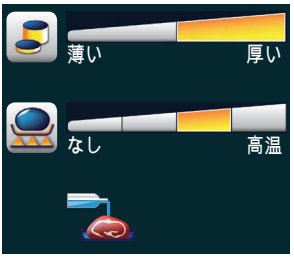
- 焼付けのプロセス（約20～30分）が終了すると、ソースを加えるようサインが出ますので、ソースやスープ、ワイン、水などを冷たい状態のまま加えてください。
- 食材はすべてソース類に覆われている状態にし、エナメルトレイは薄めのホテルパンなどでふたをします。
- ポロねぎ、スパイス、シーズニングは、香りを保つため、この段階で投入してください。

ヒント：
専用調味料などは、焼付け段階の前に加えることができます。その場合、ドアを開けずに。ここでは、焼き付け「なし」を選択してください。



焼き色を選択し、予熱が開始される


食材を庫内に投入し、芯温センサーをセット



ソース類を加えるか、そのステップを省く

3.3. 「オーバーナイト調理」での煮込み

「蒸し煮」はオーバーナイト調理を行うこともできます。通常の調理プロセスが終了すると、ブザーが鳴ってお知らせしますが、その時にドアを開けずにいると、プロセスは自動的に「熟成とホールド」の段階に移ります。ホールドは最大24時間行うことができます。

ヒント：
調理終了後、ソースにとろみをつけたい場合には、冷たいバターを適量混ぜるとよいでしょう。ソースにつやも加わり、程よいとろみもつきます。

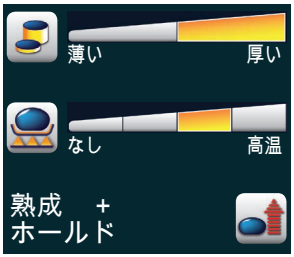
3.4. オーバーナイトでの同時調理

サイズが同じ異なる食材を同時に調理することができます。

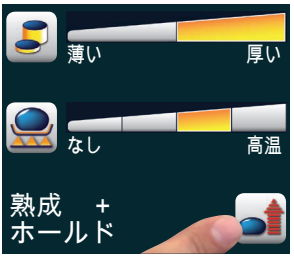
種類	焼き色
ラム肩肉の煮込み、カレー、豚肉のグラーシュ、 オッソ・ブッコ	中間
牛ほほ肉の煮込み、ルーラード、牛肉のグラーシュ、 牛テールの煮込み	高
牛肉の煮込み	中間

3.5. 提供直前にFinishing®

「Maturing+holding」（熟成とホールド）の段階では、SelfCookingCenter® 5 Sensesは自動的に庫内の温度を下げ、火の通り過ぎを防ぎます。配膳の前に「Finishing®」のボタンを押せば、食材は提供に合った最適な状態になります（時間はサイズによって異なりますが、約20～30分です）。



自動的に熟成・ホールド段階へ移行



提供直前にFinishing® を選択

牛の蒸し焼き

4. 「オーバーナイトボイル」について

「オーバーナイトボイル」は、主に肉類を水分と一緒に調理するのに適した調理プロセスです。ホールド機能を使って、オーバーナイト調理を行うことができます。

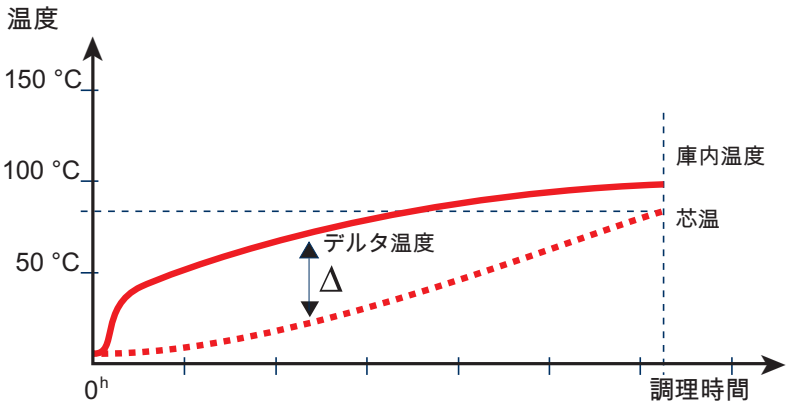
4.1. 下準備

- 調理する肉を香味野菜類やスパイスと一緒に深めのホテルパン（65mm）に入れ、半分程度の水を加えます。こうすることで、同時においしいストックを取ることもできます。
- 玉ねぎ、リーキ、きのこ類は肉の色を変化させることがあります。

4.2. 設定

4.2.1. デルタ調理

- 庫内で長時間調理する場合（オーバーナイト含む）は**「低温」**を選択します。非常に低い調理温度でゆっくりとやさしく調理していきます。歩留率は最も高くなります。
- **「速め」**を選択すると、調理温度は高くなり、短い調理時間で提供することができます。



デルタ温度とは、庫内温度と芯温の差です。

4.2.2. 仕上がりを決める

- 希望の仕上がりを**「やわらか」**から**「やわらか」**の中から選択するか、または希望の芯温を設定します。
- 非常にやさしくゆっくりとした調理プロセスなので、芯温を設定する際には通常の調理より10℃ほど低く設定した方がよいでしょう。

種類	芯温	デルタ温度	調理時間
塩漬けポーク	70℃ - 72℃	ゆっくり	約2時間
ハム（3kg）	70℃ - 72℃	ゆっくり	約4時間
テリーヌ（1kg）	72℃ - 78℃	ゆっくり	約1時間
ボイルドビーフ（2kg）	78℃ - 82℃	中間	約3時間
牛の胸肉（3kg）	82℃ - 85℃	速め	約4時間
クラリフェ（スープを澄ます）（8リットル）	85℃	速め	約2時間

ヒント：クラリフェ（スープを澄ます）

SelfCookingCenter® 5 Sensesは、オーバーナイト調理の機能を使って、スープストックやブイヨン、コンソメを澄ますことができます。冷たいままのストックをスパイスや卵白、ミンチ類とともに65mmのホテルパンに入れ、デルタ調理の「ゆっくり」を選択します。芯温は補助棒を使ってホテルパンの真ん中部分に差し、85℃に設定します。

ボイルドビーフと香味野菜類

「肉」を選択

オーバーナイトボイルを選択

4.2.3. 予熱と投入

- 予熱が終わると、**「投入」**のサインが出ます。予熱の間、芯温センサーは庫内に入れた状態にしてください。また、食材は投入直前まで冷蔵庫に入れておいてください。
- 異なるサイズの食材を同時に投入する場合には、一番小さいものに芯温センサーを差してください。芯温到達後の熟成段階で、その他の食材も適切な芯温に達します（熟成時間は、kgあたり1.5～2時間必要です）。
- 肉のブロックが大きすぎて芯温センサーが中心部まで届かない場合は、SelfCookingCenter® 5 Sensesが自動で必要な調理時間を計算します。

希望の仕上がりを選択し、予熱を開始

芯温センサーを差す

調理終了後、取り出すか...

4.3. オーバーナイトでの自動調理

サイズの異なる食材も同時に庫内に入れて調理することができます。設定芯温は同一です。芯温センサーは、最も小さいものに差します。希望の芯温到達後のホールド段階で、その他の食材も適切な芯温に達します（ホールド時間は、kgあたり1.5～2時間必要です）。

種類	芯温	デルタ温度
ハム、仔牛のポシェ	68℃ - 72℃	ゆっくり
牛タン、ラム肩肉のボイル、ボイルドビーフ	72℃ - 78℃	ゆっくり
牛の胸肉	78℃ - 82℃	ゆっくり
クラリフェ（スープを澄ます）（8リットル）	85℃	ゆっくり

自動的に熟成・ホールド段階へ移行

しっとりやわらかなボイルドビーフ

5. 「鳥肉・ オーバーナイトロースト」について

鳥肉**「オーバーナイトロースト」**の調理プロセスは、鴨、ガチョウ、七面鳥などの丸焼きに適しており、当日もしくは翌日、少量ずつまたはまとめて大量にサービスすることができます。キーを押すと、鳥肉が自動で焼き付けされ、その後、ゆっくりと非常にソフトに調理されます。こうして、肉は特別柔らかくとろけるように仕上がります。調理プロセスが終了すると、鳥肉は自動でホールドされます。サービスの前に、自動クリスピーステップが作動し、肉の表面をご希望のクリスピーな状態にすることができます。

5.1. 下準備

鳥肉はたっぷり香辛料をまぶすか漬け汁につけて下味をつけ、ステンレス製グリッドに載せて下に エナメルトレイを挿入するか、もしくは直接根菜類の上に載せます。こうして肉から出てくる肉汁と脂を集めることができます。

ヒント：

通常の根菜類に、香辛料やリンゴなどを加えてみてください。あとでこの根菜類をブイヨンなどで煮たてると、素晴らしいソースができます。ポロネギやセロリなど焦げやすい野菜は、後から加えるようにしてください。

5.2. 設定

5.2.1. 自動焼き付け

焼き付け段階を低温から高温までの中から選択し、焼き付けの程度とご希望の焼き加減を決定してください。焼き付け温度が低いほど、肉の縮みが小さく、歩留まりが高くなります。

- 漬け汁につけたり砂糖の入った調味料で味付けした鳥肉、また焼き色がつく油などを使用した場合は、焼き色の付き方が早く、色も濃くなります。この場合は、焼き付け温度を低めに設定してください。
- 高温で焼き付けることで、肉の表面の病原菌を殺菌することができます。こうすることで、低めの芯温でも鳥肉を衛生的に安全に調理することができます。
- 焼き付け温度の選択の際は、あとで肉の表面をクリスピーに仕上げることも考慮に入れてください。クリスピー仕上げをすると、調理アイテムは焼き色が濃くなり、表面がパリッとし、肉のアロマが保たれますので、その場合は焼き付け温度を低めに設定してください。

鳥肉と香味野菜類

「鳥肉」を選択

オーバーナイトローストを選択

ヒント：
鳥肉をご自分で焼き付けたい場合は、『焼き付け / なし』を選択してください。SelfCooking Center® 5 Senses は、非常にソフトな調理へ直接移行します。焼き付けプロセスが省略され、ゆっくりとした非常にソフトな調理プロセスでの鳥肉の調理が直接開始します。

5.2.2. 焼き加減

『やわらか』から『しっかり』まで、ご希望の仕上がりを選択するか、または芯温を設定してください。ゆっくりとソフトな調理のため、芯温を低めに設定することができます。

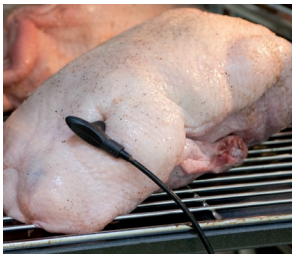
注意！
鳥肉類を調理する際は、芯温が最低でも72°Cに達するよう確認し、各国のHACCP規定を順守してください。

調理アイテム	芯温	焼き付け	調理時間
ガチョウ　5 kg	72°C ~ 75°C	中温	約 4時間
鴨　2.5 kg	72°C ~ 75°C	中温	約 3時間
七面鳥　6 kg	72°C ~ 75°C	中温	約 5時間？

5.2.3. 予熱と投入

- 予熱が終わると、**「投入」**のサインが出ます。予熱の間、芯温センサーは庫内に入れた状態にしてください。また、食材は投入直前まで冷蔵庫に入れておいてください。
- 異なるサイズの食材を同時に投入する場合には、一番小さいものに芯温センサーを差してください。調理終了後、次の食材に合わせて設定し、調理を続けて行うことが出来ます。

希望の仕上がりを選択


予熱完了後投入し、芯温センサーを差す

自動的に「熟成 + ホールド」に移行

5.2.5. 調理終了後のクリスピー仕上げ

- 低温での熟成と熟成 + ホールドプロセスに到達した後、SelfCookingCenter® 5 Senses では、鳥肉をキー操作ひとつで自動的にクリスピー仕上げすることができます。これにより鳥肉は焼き色が濃くなり、皮がパリッとします。
- 小さめの鳥肉をクリスピー仕上げする場合は、クリスピー仕上げの際に軽く火が通りますので、多少低めの芯温を選択してください。
- 種類の異なる複数の鳥肉を混合投入して同時に調理する場合は、クリスピー仕上げをしない鳥肉を取り出してから、クリスピー仕上げをスタートしてください。
- 調理中に滴り落ちた鳥肉の脂を集めたホテルパンならびに根菜類は、クリスピー仕上げの最中に煙が大量に発生するのを防ぐため、事前に取り出してください。
- クリスピー仕上げの後、鳥肉の表面がまだご希望のクリスピー状態や焼き色に達していない場合は、『時間で続ける』キーを押して、ご希望のクリスピー時間を分単位で設定できます。

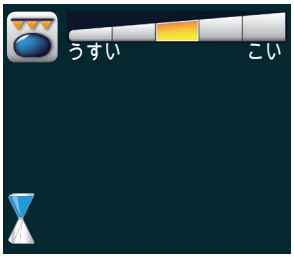
ヒント：

鳥肉を大量に調理し、後で / 翌日以降サービスする場合は、鳥肉（全部または一部）を熟成 + ホールドプロセスに到達した後、取り出して冷蔵することが可能です。配膳の際は、必要なだけの鳥肉を、フィニシングの調理プロセス『クリスピー』で仕上げてください。こうして、サービス時間の計画が立てやすくなり、サービスも迅速に実施できます。

5.3. 「オーバーナイトロースト」の同時調理

種類も大きさも違うさまざまな鳥肉類を同時に調理することも可能です。この場合は、それぞれの焼き加減が同一でなければなりません。芯温センサーは、最も小さいものに挿入してください。この時、ホールド時間を十分に（1kg当たり約1.5 ~ 2時間）取るようにしてください。

クリスピーを選択



希望の仕上がりを選択

予熱完了後投入し、芯温センサーを差す

6. 真空調理

SelfCookingCenter® 5 Sensesでの真空調理は作業の流れや生産能力を向上させ、安定したクオリティでの提供を可能にします。

食材は下準備や味付けをした後、急速冷却し真空パックに入れます。提供時は、真空パックのまま温める、パックから出して調理するなど、食材やメニューによってさまざまな方法があります。

SelfCookingCenter® 5 Sensesでの真空調理は、新たな調理の可能性を広げます。

6.1. 真空調理におけるメリット

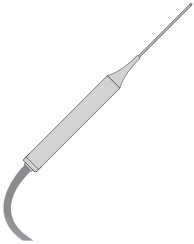
- 食材のおいしさを高め、保存期間を延長できます。
- 食材の持つ味、色、栄養素などを損ないません。
- 繊細な調理により、歩留まりを最大限向上させます。
- 作業の流れを効率化できます。
- 常に高い調理品質を保持できます。

6.2. RATIONALの真空調理用オプション

RATIONALでは、真空調理用のオプションとして、通常の芯温センサーに加え、真空調理専用の芯温センサーをお付けしています。

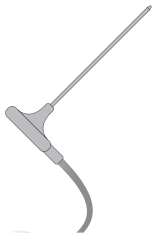
真空調理専用の芯温センサーは、通常のものに比べて細く、計測ポイントは先端の1箇所のみとなりますので、食材に差す際には、先端が必ず食材の中心に来るようにしてください。

2つの芯温センサーは、SelfCookingCenter® 5 Senses本体に外付けされたコネクターで、付け替えることができます。真空調理専用の芯温センサーが装着されているときには、真空調理に関連した調理モードのみ選択できます。



真空調理専用の芯温センサー

芯温センサーコネクター



通常の芯温センサー

6.3. さまざまな場面で

- セントラルキッチンで調理したものを、各サテライトキッチンへ運んで提供するシステムで真空調理を活用すれば、サテライトキッチンでは必要な分量のみを仕上げることができるので、作り過ぎによる口スをなくすことができます。
- ホテルのルームサービスでは、食材ごとまたは一皿ごとに真空調理で保存しておくことにより、24時間いつでもオーダーが入った時に出来立てのお料理を提供することができます。
- 繊細でヘルシーな調理が可能なため、特別食などの調理にも適しています。食材の持つ味や風味を最大限に活かせるので、塩分を抑えることもできます。

6.4. 下準備

- よく冷えた状態（6℃以下）の生または焼付けを施した食材を、スパイスや調味料、ストック、ハーブなどと一緒に真空調理用のパックに入れます。
- 生の玉ねぎやリーキ、にんにくなどは、パックに入れる前に一度湯通ししてください。また、アルコール類は一度煮立ててから冷ましたものを入れるようにしてください。
- ローストや煮込み調理の場合は、肉を一度焼き付けてから、ストックとともに真空調理用のパックに入れます。
- パックを真空にします。中に空気が残らないようにしっかりとバキュームしてください（90%～99%）。

ヒント：

通常、細菌類は肉の表面に付くことが多いので、真空調理を行う際には、肉の表面を焼き付けたり湯通ししたりすることをお勧めします。また、芯温は国ごとのHACCPガイドラインに準拠した温度を選択してください。

真空調理用の生の野菜類

牛肉と香味野菜類

一皿用のサーモンと野菜

6.5. 設定

時間のかかる調理の場合は、
「オーバーナイトボイル」を選ぶとよいでしょう。「LOW-LOW（低温→低温）」の調理では、加熱温度が食材の中心温度よりやや高めに設定される**「デルタ調理」**（16ページ参照）が適しています。

「スチーム/ボイル」は、80℃～95℃くらいのやや高めの温度で一定時間調理する場合に選択します。野菜、果物、デザート類などに適しています。

マニュアルモードの「スチーム」では、希望の加熱温度と芯温を設定できるので「HIGH-LOW（高温→低温）」の調理に適しています。庫内温度は、希望の芯温に達するまで、58℃～68℃で調理されます。

6.6. 投入

- 食材は投入直前まで冷蔵庫に入れておいてください（6℃以下）。
- 芯温センサーを差す場所に専用のムースを貼り付けるため、パックの表面は油、よごれ、ほこりなどが付かないよう、清潔な状態に保ってください。
- ムースの上から真空調理用の芯温センサーを差します。真空用芯温センサーの先端を、食材の最も厚い部分に差すようにしてください。

仔牛すね肉とハーブ

「肉」を選択

オーバーナイトボイルを選択

6.7. 「オーバーナイトボイル」モードでの調理例

長めの調理時間を要する「LOW-LOW (低温→低温) 」調理に適した例をご紹介します。

種類	デルタ温度	芯温	調理時間	準備
ローストポーク	5°C	66°C	24時間	表面を焼き付ける
皮付き豚ばら肉	5°C	66°C	12時間	調理終了後、皮目をクラストさせる
ラム肩肉	5°C	66°C	36時間	表面を焼き付ける
仔牛の胸肉	5°C	66°C	12時間	表面を焼き付ける
仔牛のすね肉	5°C	66°C	48時間	調理終了後、焼き付ける
牛肉の煮込み	5°C	66°C	48時間	ソースを入れて調理する
鶏肉のワイン煮	5°C	66°C	11時間	ソースを入れて調理する
たこ	5°C	66°C	36時間	赤ワインでマリネする

ヒント：
真空調理前または調理後に焼付けを行う場合は、「ア・ラ・カルトグリル」が適しています。希望の焼き色や調理時間を選ぶこともできます。焼付けには、ラショナルの専用アクセサリー「グリル・ピザ用プレート」が最適です。予熱してご使用ください。

重要：
調理した食材はブラストチラーや氷水などで90分以内に温度を3°C以下に下げる必要があります。保存期間を長くする場合には、温度は2°C以下に設定してください。

希望の仕上がりを設定して、予熱

庫内投入し、芯温センサーを差す

熟成＆ホールドの段階

6.8. 「スチーム」モードでの調理例

高めの温度（80℃～95℃）で短時間の調理をする「スチーム」モードに適した例をご紹介します。

ヒント：

油脂類やスパイス、ハーブなどの香り付けは、真空調理用のパックに食材と一緒に入れてください。香り高く仕上がります。

種類	調理時間	香味料
パイナップル	1時間	黒糖、ラム酒、バニラ
アンディーブ	1時間	オレンジジュース、オレンジの皮、バター
にんじん	90分	バター、しょうが、砂糖
アーティチョーク	2時間	オリーブオイル、レモン汁、タイム
セロリ	90分	バター、野菜のストック
洋ナシ	30分	砂糖、バニラ、洋ナシのシュナップス
ルバーブのコンポート	45分	砂糖、バニラ、白ワイン

6.9. マニュアルモード「スチーム」での調理例

短めの調理時間で仕上げる「HIGH-LOW（高温→低温）」調理に適した例をご紹介します（調理温度は58℃～68℃）。

種類	芯温	準備
ローストビーフ　1kg	63℃	表面を焼き付ける
仔牛の口イン　1kg	64℃	調理終了後に焼き付ける
鹿の口イン	64℃	調理終了後、照りを出す
ミディアムのステーキ　300g	63℃	調理終了後に焼き付ける
魚のフィレ　300g	54℃	香草類と一緒に真空調理用の袋に入れる
鴨のレバー	52℃	24時間マリネし、冷却する
あひるの胸肉	72℃	皮を取り除く

7. 「続ける」キーを使用しての同時調理

SelfCookingCenter® 5 Sensesでは、**「続ける」**機能を使うことによって、サイズや仕上がりの異なる肉のかたまりや鳥肉を同じ庫内で調理することができます。まず、投入した中で最も低い芯温を設定します。調理するすべての食材を同時に庫内に投入し、芯温を最も低く仕上げるものに芯温センサーを差します。たとえば、まず芯温56℃で仕上げるローストビーフに芯温センサーを差し、芯温が達したらローストビーフを取り出します。その後、次に低い芯温78℃で仕上げる仔牛のすね肉に芯温センサーを差します。ディスプレイの表示もこれに合わせて変わります。

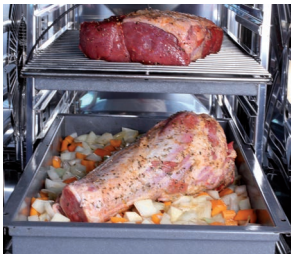
本体ドアを閉め、**「続ける」**のキーを押します。

以降、同様に繰り返します。

7.1. 「ロースト」モードでの同時調理

例として、下記の肉のかたまりを同時に庫内に投入して調理する場合をご紹介します。

種類	芯温	焼き色
1. ローストビーフ	56℃	中間
2. 仔牛のロイン	60℃	中間
3. ポークロイン	65℃	中間
4. 豚のネック	78℃	高温
5. 仔牛のすね肉	78℃	高温



仕上がりの芯温が異なる食材を同時に投入

最初の食材が仕上がったら芯温センサーを差し替える

ドアを閉め、「続ける」のキーを押す

7.2. 「オーバーナイトボイル」での同時調理

例として、下記を同時に庫内に投入して調理する場合をご紹介します。食材は水分と一緒に調理します。

種類	芯温	デルタ温度
1. 仔牛フィレ肉のポシェ	58℃	20 °C
2. ハム	68℃	20 °C
3. ヴィッテーロ・トナート（仔牛のツナソース）	75℃	40 °C
4. 仔牛肉のボイル	78℃	40 °C

7.3. 「鳥肉・ロースト」での同時調理

例として、下記を同時に庫内に投入して調理する場合をご紹介します。すべて色よくクリスピーに仕上がります。

種類	芯温	焼き色
1. 鶏の胸肉	72℃	段階 4
2. 鶏のもも肉	88℃	段階 4
3. 鶏の半身	88℃	段階 4
4. 丸鶏	88℃	段階 2

ヒント：

丸鶏や半身のローストの場合、芯温センサーはもも肉部分に差してください。生のじゃがいもをホテルパンに入れて鳥肉の下段に投入すると、鳥の旨みを含んだ付け合わせが、同時に調理できます。

7.4. 「鳥肉・スチーム」での同時調理

例として、下記の鳥肉を同時に庫内に投入して調理する場合をご紹介します。鳥肉は水分と一緒に調理します。

種類	芯温
1. 鶏の胸肉	72℃
2. 七面鳥の胸肉	75℃
3. ガランティーヌ	78℃
4. サラダ用蒸し鶏	88℃

ヒント：

鳥肉と香味野菜類を、スパイスやハーブ、ストックと一緒にホテルパンに入れて投入すると、付け合わせも同時に調理することができます。

8. iLevelControlを使用した同時調理

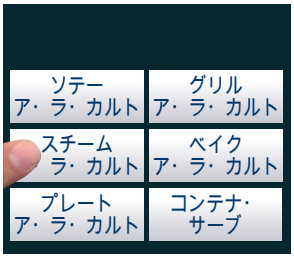
iLevelControlを使用しての調理は、芯温センサーを使わない、小さめの食材の蒸し、焼き、揚げなどに向いています。iLevelControlは、異なる種類の食材を同時に投入し、段ごとに監視および調整できる機能です。これにより、次々にオーダーが入るような場面でも、常に安定した品質を提供でき、お客様のご要望に柔軟に対応することが可能です。

8.1. 「スチーム」モードでの同時調理

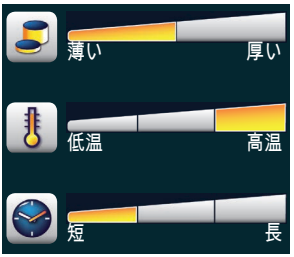
例として、下記を同時に庫内に投入して蒸し調理する場合をご紹介します。

種類	調理時間	アクセサリー
ほうれん草	約3分	穴あきホテルパン
スナップえんどう	約4分	穴あきホテルパン
スライスしたにんじん	約6分	穴あきホテルパン
ブロッコリー	約8分	穴あきホテルパン
カリフラワー	約10分	穴あきホテルパン
ホットドッグ	約10分	穴あきホテルパン
ボイルドソーセージ	約13分	ホテルパン（水を満たして）
クルマエビ	約4分	穴あきホテルパン
冷凍魚の切り身	約6分	40mmホテルパン
ムール貝	約8分	40mmホテルパン

Finishing®を選択



スチーム/ボイルを選択



希望の仕上がりを選択し、予熱を開始

8.2. 「グリル」モードでの同時調理

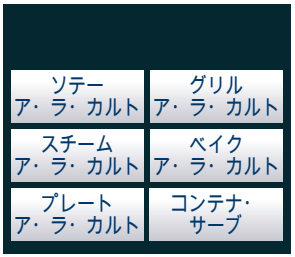
例として、下記を同時に庫内に投入して焼き調理を行う場合をご紹介します。

種類	調理時間	アクセサリー	備考
トースト	約3分	穴あきベーキングトレイ	
ホットサンド（クロックムッシュ）	約4分	ベーキングトレイ	
ベーコン	約3.5分	ベーキングトレイ	
ソーセージ	約4分	ベーキングトレイ	軽く油をひく
目玉焼き	約1.5分	マルチベイカー	軽く油をひく
オムレツ	約3分	マルチベイカー	軽く油をひく
鶏の胸肉	約9分	20mm エナメルトレイ	味付けをし、軽く油をひく
ミニッツ・ステーキ	約2分	グリル・ピザ用プレート	味付けをし、軽く油をひく
ミディアムのステーキ 220g	約8分	コンビグリル	味付けをし、軽く油をひく
ウェルダンのステーキ 220g	約10分	コンビグリル	味付けをし、軽く油をひく
ラムの背肉	約9分	コンビグリル	味付けをし、軽く油をひく
ミートボール（大）	約10分	20mm エナメルトレイ	
チキンナゲット	約4分	コンビフライ	
魚のシュニッツェル	約6分	ベーキングトレイ	軽く油をひく
魚のシュニッツェル（冷凍）	約11分	20mm エナメルトレイ	軽く油をひく
コルドンブルー（冷凍）	約13分	20mm エナメルトレイ	軽く油をひく
ピザ	約3分	グリル・ピザ用プレート	予熱をしておく
冷凍フレンチフライ	約10分	コンビフライ	やや解凍させる

ヒント：

ラショナルのオリジナルアクセサリー「グリル・ピザ用プレート」は、熱伝導に優れているため、調理時間も短くて済み、上記のような調理にはとても有効です。グリル・ピザ用プレートは予熱してご使用ください。

Finishing®を選択



グリルを選択

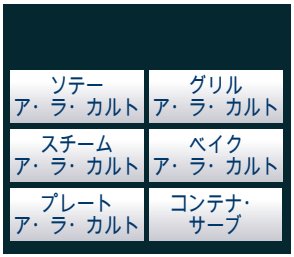
希望の仕上がりを選択し、予熱を開始

8.3. 「ベイク」モードでの同時調理

SelfCookingCenter® 5 Sensesでの同時焼成を活用して、お客様にバラエティ豊かなパンやデニッシュを焼きたての状態で提供できます。下の表では、「ベイク」モードで同時焼成が行えるメニューの一例を挙げています。焼成時間が同じものであれば、同時に自動で焼成することができます。

種類	焼成時間	アクセサリー
クロワッサン	15-17分	ベーキングトレイ
デニッシュ	15-17分	ベーキングトレイ
ナッツ・デニッシュ	15-17分	ベーキングトレイ
チェリーのターンオーバー	15-17分	ベーキングトレイ
りんごのターンオーバー（小）	15-17分	ベーキングトレイ
ロールパン	8-10分	ベーキングトレイ
全粒粉ロール	8-10分	ベーキングトレイ
バゲット	12-15分	ベーキングトレイ
全粒粉バゲット	12-15分	ベーキングトレイ
チャバッタ	13-15分	ベーキングトレイ
焼き菓子	10-12分	ベーキングトレイ

Finishing®を選択



ベイクを選択

希望の仕上がりを選択し、予熱を開始

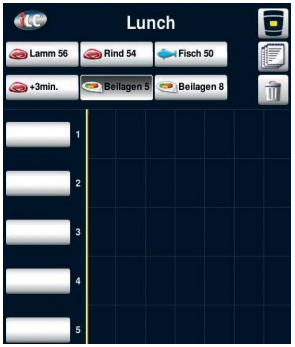
9. オプション芯温センサー3本の使用方法

サービス前に準備が完了している場合は、SelfCookingCenter® 5 Sensesをサーブユニットとして使用することができます。サーブ中は、ユニットの各段ともiLevelControlでグリル、ロースト、スチーム/ボイルのサーブに使用できます。

オプション芯温センサー3本では、必要に応じて普通の芯温センサーを3本の芯温センサーに交換することができます。芯温センサーを交換すると自動的にそれに関連したすべてのiLevelControlプログラムをご利用いただけるようになります。

準備：
献立の組み合わせと厨房の設備条件によって、最も適切なプログラムが決定されます。
ここでは例としてローストを使用します。
サービスされる料理はそれに適応したバスケットで準備されます：

ラム肉 56°C	牛肉 54°C	牛肉 60°C	牛肉 68°C
魚 50°C	魚 60°C	鴨肉 55°C	鶏肉 72°C
グラタン 75°C	サイドディッシュ 6分	サイドディッシュ 8分	1分



この組み合わせをそれぞれの献立に合わせて調整してください。例えば、一つのバスケットを朝食用に、一つをランチ用に、そしてもう一つをディナーサービス用に作成することができます。

もちろん、芯温調理による料理の他に、通常と同様、時間制御による料理も保存することができます。

サービス中の使用：

これでSelfCookingCenter® 5 Sensesを予熱し、サービス中でも柔軟に活用することができます。

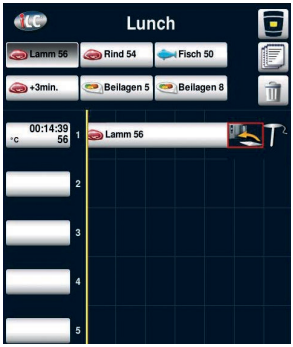
様々な料理をそれぞれ対応するレベルにドラッグアンドドロップで移動させます。

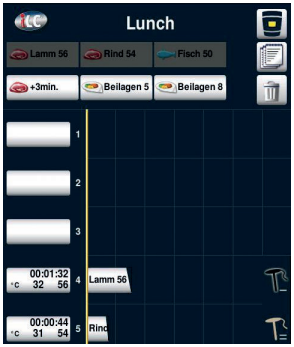
3本の芯温センサーがすべて使用中になり次第、それ以上芯温による料理を選択することはできません。時間制御による料理は引き続き選択することができます。

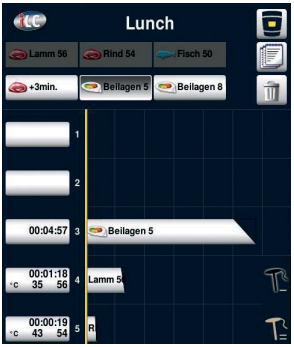
芯温センサー制御による料理が完了しセンサーが空き次第、また芯温センサーによる料理を選択ウィンドウにて選択することができるようになります。

ヒント：

オプション芯温センサー3本では、測定を正確に行うために芯温センサーをできるだけ調理する食材の中央に差し込むようにしてください。







10. 衛生認証について

低温調理における安全性を確保するため、特に病院などでの調理では、下記の事柄に留意してください。

鳥肉を含む肉類は、芯温を75℃以上に設定してください。

調理が完了した食材は、すぐに配膳するか、または微生物の繁殖を防ぐため、90分以内に3℃以下まで冷却して保存してください。

同時調理の場合、芯温センサーは最も大きいものに差してください。大きなかたまり肉や、中に詰め物をした鳥肉などでは、芯温が75℃以上に達するのに数時間かかることがあります。そのため、調理終了までは最低でも5時間程度を見込んでください。詰め物をした鳥をオーバーナイトで調理する場合は、10時間程度見込むことをお勧めします。詰め物をしていない鳥肉の場合は、8時間程度を見込んでください。

野生肉を調理する場合は、安全性を期すため、芯温85℃で10分以上保持することをお勧めします。

Bestätigt durch Univ.-Prof. Dr. A. Stolle,
Institut für Hygiene und Technologie der Lebensmittel,
Ludwig-Maximilians-Universität München

SAL-akkreditiertes Prüflaboratorium
Reg.Nr.: SAL- BY - G 035-01-05

Europe

RATIONAL Großküchentechnik GmbH
86899 Landsberg a. Lech/Germany
TEL. +49 (0)8191.327387
E-MAIL info@rational-online.de
www.rational-online.de

RATIONAL France S.A.S.
F-68271 WITTENHEIM Cedex
TEL. +33 (0)3 89 57 00 82
E-MAIL info@rational-france.fr
www.rational-france.fr

RATIONAL Italia S.r.l.
30174 Mestre (VE)/ITALY
TEL. +39 041 5951909
E-MAIL info@rational-online.it
www.rational-online.it

RATIONAL Schweiz AG
9435 Heerbrugg/SWITZERLAND
TEL. +41 71 727 9092
E-MAIL info@rational-online.ch
www.rational-online.ch

RATIONAL UK
Luton, Bedfordshire, LU4 8EF
United Kingdom
TEL. 00 44 (0) 1582 480388
E-MAIL info@rational-online.co.uk
www.rational-online.co.uk

RATIONAL AUSTRIA GmbH
5020 Salzburg/AUSTRIA
TEL. +43 (0)662.832799
E-MAIL info@rational-online.at
www.rational-online.at

RATIONAL Ibérica Cooking Systems S.L.
08940 Cornellá (Barcelona)/SPAIN
TEL. +34 93 4751750
E-MAIL info@rational-online.es
www.rational-online.es

RATIONAL Nederland
Grootkeukentechniek BV
7609 RD Almelo/THE NETHERLANDS
TEL. +31 546 546000
E-MAIL info@rational.nl
www.rational.nl

RATIONAL Scandinavia AB
212 39 Malmö/SWEDEN
TEL. +46 (0)40-680 85 00
E-MAIL info@rational-online.se
www.rational-online.se

РАЦИОНАЛЬ в России и СНГ
Проспект Андропова 18, стр. 6
115432, г. Москва
Тел.: +7 495 640 63 38
Эл. почта: info@rational-online.ru
www.rational-online.ru

RATIONAL Belgium nv
2800 Mechelen/Belgium
TEL. +32 15 285500
E-MAIL info@rational.be
www.rational.be

RATIONAL Sp. z o.o.
02-690 Warszawa/POLAND
TEL. +48 22 864 93 26
E-MAIL info@rational-online.pl
www.rational-online.pl

RATIONAL Slovenija SLORATIONAL d.o.o.
2380 Slovenj Gradec / Slovenija
TEL. +386 (0)2 8821900
E-MAIL info@slorational.si
www.slorational.si

RATIONAL Norge AS
0411 Oslo/Norge
TEL. +47 22 70 10 00
E-MAIL post@rational.no
www.rational.no

RATIONAL International AG
Istanbul İrtibat Bürosu
Levent Mahallesi Yasemin Sok. No:2
34330 Levent Beşiktaş İstanbul / Türkiye
TEL. +90 212 603 6767
E-MAIL info@rational-online.com.tr
www.rational-online.com.tr

America

RATIONAL Canada
Mississauga, Ontario L5N 6S2
TOLL FREE 1-877-RATIONAL (728-4662)
E-MAIL info@rational-online.ca
www.rationalcanada.com

RATIONAL BRASIL
São Paulo, SP
CEP: 04531-080
TEL. +55 (11) 3071-0018
E-MAIL info@rational-online.com.br
www.rational-online.com.br

RATIONAL USA
Rolling Meadows, IL 60008
TOLL FREE 888-320-7274
E-MAIL info@rational-online.us
www.rationalusa.com

RATIONAL México
11570 - Chapultepec Morales
TEL. +52 (55) 5292-7538
E-MAIL info@rational-online.mx
www.rational-online.mx

Asia/Pacific

株式会社 ラショナル・ジャパン
〒101-0064
東京都千代田区猿楽町2-8-8
住友不動産猿楽町ビル1F
TEL. (03) 6316 -1188
メールアドレス info@rational-online.jp
ホームページ www.rational-online.jp

RATIONAL International India Private Ltd
Gurgaon, 122002
Haryana, India
PHONE +91 124 463 58 65
E-MAIL info@rational-online.in
www.rational-online.in

RATIONAL 上海
上海市肇嘉浜路798号
坤阳国际商务广场201B室
邮政编码200030 中国
电话：+86 21 64737473
电邮：office.shanghai@rational-online.com
www.rational-china.cn

RATIONAL NZ Ltd
Auckland, 1643
TEL. +64 (9) 633 0900
E-MAIL sales@rationalnz.co.nz
www.rationalnz.co.nz

RATIONAL Korea
라치오날코리아 주식회사
경기도 성남시 수정구 복정길 89
라치오날하우스
우편번호 461-831 대한민국
전화:+82-31-756-7700
E-MAIL info@rationalkorea.co.kr
www.rationalkorea.co.kr

RATIONAL International Middle East
P.O.Box 126076, Sheikh Zayed Road
Dubai, United Arab Emirates
PHONE +971 4 338 6615
E-MAIL info@rational-online.ae
www.rational-online.ae

RATIONAL AUSTRALIA PTY LTD
Derrimut, VIC 3030
TEL. +61 (0) 3 8369 4600
E-MAIL info@rationalaustralia.com.au
www.rationalaustralia.com.au

RATIONAL International AG
Heinrich-Wild-Straße 202
CH-9435 Heerbrugg
TEL. +41 71 727 9090
FAX: +41 71 727 9080
E-MAIL info@rational-international.com
www.rational-online.com

RATIONAL AG
Iglinger Straße 62
86899 Landsberg a. Lech
TEL. +49 8191 3270
FAX +49 8191 21735
E-MAIL info@rational-ag.com
www.rational-online.com

80.05.126 · V-10 · MDS/Ad · 05/14 · japanisch